

BAB IV

DESKRIPSI KASUS HASIL PENELITIAN

4.1 Proses Pemecahan Masalah Fisioterapi

a. Anamnesis

Anamnesis yang telah dilakukan dalam penelitian ini berupa autoanamnesis yang dimana semua informasi dan data mengenai runtutan riwayat penyakit yang di derita mulai awal hingga akhir bersumber secara langsung dari responden. Autoanamnesis ini dilakukan pada 1 April 2024 dengan hasil bahwa responden atas nama Sdr D, berusia 26 tahun merupakan seorang mahasiswa yang sebelumnya adalah seorang pekerja di Perusahaan CV di taman , beragama Islam, dan bertempat tinggal di desa Kedungturi, Kecamatan Taman, Sidoarjo, Jawa Timur

Responden mengatakan bahwa awalnya merasakan adanya keluhan nyeri, di punggung bawahnya. Pada bulan November 2023, pasien mendapat rujukan untuk konsultasi ke poli rehab medik Rs Siti Khodijah dan mendapatkan diagnosa bahwa responden mengalami *Low Back Pain Myogenic*. Hingga saat ini responden masih merasakan keluhan nyeri, di punggung bawahnya dan mengalami kesulitan di beberapa aktivitas rumah dan di pekerjaan.

b. Pemeriksaan Fisik

1) Tanda-Tanda Vital

- Tekanan Darah : 120/80 mmHg

- Denyut Nadi : 76 x/menit
- Pernapasan : 24 x/menit
- Temperatur : 36°C
- Berat Badan : 60 kg
- Tinggi Badan : 167 cm

2) Inspeksi

- Statis

Pada saat dilakukan inspeksi secara statis didapatkan bahwa kondisi pasien menahan rasa sakit

- Dinamis

Pada saat dilakukan inspeksi secara dinamis didapatkan bahwa pasien kesulitan dalam posisi membungkuk dan tampak menahan nyeri saat berjalan

3) Palpasi

- Suhu normal
- Adanya nyeri tekan pada punggung bawah

c. Diagnosis Fisioterapi

d. Problematik Fisioterapi

1) Impairment

- Nyeri diam pada bagian punggung bawah

- Nyeri tekan dan gerak pada punggung bawah

2) Functional Limitation

- Kesulitan ketika mengangkat benda berat

3) Disability

- Keterbatasan dalam melakukan aktivitas olahraga seperti bermain bulu tangkis

e. Program Rencana Tindakan Fisioterapi

Pada penelitian ini, terdapat program rencana tindakan fisioterapi berupa pemberian latihan *Core Stability Exercise* yang dilakukan setiap 2 kali seminggu dengan tujuan untuk menurunkan nyeri dan meningkatkan kemampuan fungsional. Adapun program rencana latihan yang diberikan sebagai berikut :

1) *Core Stability Exercise*

A. Crunches

B. Bird Dog

C. Static Straight Legs

D. Side Bridge

f. Intervensi Fisioterapi

Pada penelitian ini, pemberian latihan *Core Stability Exercise* dilakukan selama 3 minggu dengan frekuensi 2 kali setiap minggunya. Program latihan ini disusun sesuai dengan prinsip latihan secara progresif yaitu meningkatkan dosis latihan secara bertahap.

1) Minggu ke-1 dan Minggu ke-2

- Minggu ke-1 : Senin – Sabtu (1-6 April 2024)

- Minggu ke-2 : Senin – Sabtu (8-13 April 2024)

Tabel 4.1
Teknis pelaksanaan latihan Minggu ke- 1 dan ke- 2

Tipe Latihan	Jenis Gerakan	Repitisi	Set
<i>Core Stability Exercise</i>	Crunches	10	2
	Bird Dog	10	2
	Static Straight Legs	10	2
	Side Bridge	10	2

2) Minggu ke-3

- Minggu ke-3 : Senin – Sabtu (15-20 April 2024)

Tabel 4.2
Teknis pelaksanaan latihan Minggu ke- 3

Tipe Latihan	Jenis Gerakan	Repitisi	Set
<i>Core Stability Exercise</i>	Crunches	10	2
	Bird Dog	10	2
	Static Straight Legs	10	2
	Slide Bridge	10	2

4.2 Hasil Evaluasi Penelitian

1. Evaluasi *Core Stability Exercise* pada minggu ke-3

Pada minggu ke-3 yaitu pada pertemuan ke-6 peneliti melakukan evaluasi akhir untuk mengetahui apakah ada perubahan yang lebih baik lagi pada penurunan nyeri dan peningkatan kemampuan fungsional setelah dilakukan pemberian latihan *Core Stability Exercise* dilakukan selama 3 minggu. Hasil yang didapatkan menunjukkan

bahwa adanya penurunan nyeri yaitu nyeri diam 3 dan nyeri gerak 5 sedangkan nyeri tekan berada di skala 3 pada evaluasi kemampuan fungsional terdapat hasil bahwa adanya penurunan nilai hasil dari *Oswestry Disability Index* (ODI) yang awalnya kategori disability sedang menjadi kategori disability minimal.

Tabel 4.3
Hasil Evaluasi Pre Test Visual Analog Scale

Pre Test		
Nyeri	Nilai	Kategori
Diam	4	Sedang
Tekan	5	Sedang
Gerak	7	Berat

Berdasarkan tabel 4.3 terdapat hasil evaluasi pre test pada skala nyeri yang dimana dilakukan menggunakan pengukuran berupa *Visual Analog Scale*. Pengukuran skala nyeri dilakukan dengan mengukur pada tiga jenis nyeri yaitu nyeri diam, nyeri tekan, dan nyeri gerak. Pada hasil evaluasi tersebut didapatkan hasil bahwa adanya penurunan skala nyeri pada punggung bawah. Pada pengukuran nyeri diam didapatkan hasil skala nyeri yaitu nilai 4 dengan kategori nyeri sedang. Kemudian pada pengukuran nyeri tekan didapatkan hasil skala nyeri pada nilai 5 kategori nyeri sedang. Sedangkan pada pengukuran nyeri gerak didapatkan hasil skala nyeri yaitu pada nilai 7 dengan kategori nyeri berat.

Tabel 4.5
Hasil Evaluasi Pertemuan ke-6 Visual Analog Scale

Post Test		
Nyeri	Nilai	Kategori

Diam	3	Sedang
Tekan	3	Sedang
Gerak	5	Berat

Berdasarkan tabel 4.5 terdapat hasil evaluasi pre test pada skala nyeri yang dimana dilakukan menggunakan pengukuran berupa *Visual Analog Scale*. Pengukuran skala nyeri dilakukan dengan mengukur pada tiga jenis nyeri yaitu nyeri diam, nyeri tekan, dan nyeri gerak. Pada hasil evaluasi tersebut didapatkan hasil bahwa adanya penurunan skala nyeri pada punggung bawah. Pada pengukuran nyeri diam didapatkan hasil skala nyeri yaitu nilai 3 dengan kategori nyeri sedang. Kemudian pada pengukuran nyeri tekan didapatkan hasil skala nyeri pada nilai 3 kategori nyeri sedang. Sedangkan pada pengukuran nyeri gerak didapatkan hasil skala nyeri yaitu pada nilai 5 dengan kategori nyeri berat.

Tabel 4.6
Hasil Evaluasi ODI

ODI	Nilai	Kategori
Pre-test	40 %	Disability sedang
Post-test	17 %	Disability Minimal

Berdasarkan tabel 4.6 terdapat hasil evaluasi pre-post test pada kemampuan fungsional yang dimana dilakukan menggunakan pengukuran berupa *Oswestry Disability Indeks (ODI)*. Pengukuran ODI dilakukan dengan mengukur Tingkat disabilitas punggung. Pada hasil evaluasi tersebut didapatkan hasil bahwa pada pre test mendapatkan nilai hasil 40 % dengan kategori disability sedang.

Sedangkan pada pengukuran post test, didapatkan nilai hasil 17 % disability minimal. Hal ini menunjukkan adanya penurunan nilai hasil dari pengukuran ODI yang dimana hasil tersebut memiliki makna bahwa adanya peningkatan kemampuan fungsional setelah pemberian latihan *Core Stability Exercise* selama 3 minggu